

## ALIMENTO SALUDABLE Y SEGURO: ADOPTE BUENAS PRÁCTICAS

AYALA SANTAMARIA, Marta Azucena<sup>1</sup>  
QUIJOZACA QUIJOSACA, Valeria del Rocio<sup>2</sup>  
MARAFON RODRIGUES CIACCHI, Erika<sup>3</sup>

### RESUMEN

La Seguridad Alimentaria y Nutricional es un campo que involucra no sólo los aspectos microbiológicos de la alimentación, sino también el alimento seguro consumido en la perspectiva de la nutrición y de la cultura alimentaria. Es notorio el aumento creciente de los brotes causados por enfermedades transmitidas a través del agua y alimentos contaminados, y por ello la necesidad ampliada de una formación específica a manipuladores de alimentos, aunque el público beneficiado sea a una escala menor. Con la producción y oferta local de preparaciones hay un fortalecimiento y una valorización de los alimentos característicos de la región, considerando la gran oferta en el municipio de Foz de Iguazú, Paraná, por los ambulantes y por los estudiantes que comercializan preparaciones típicas latinoamericanas en la universidad. La acción tiene como objetivo para el año 2018 la realización del curso en 2 periodos, el primero con 10 encuentros de marzo a mayo y el segundo con 8 encuentros de septiembre a noviembre, destinado a los estudiantes preparados con una formación, que permitirá conocer sobre buenas prácticas de fabricación y manipulación de los alimentos, nociones de educación, legislación y seguridad alimentaria y nutricional, técnicas dietéticas y etiquetado nutricional. La formación es realizada por colaboradores de instituciones de salud (Vigilancia Sanitaria de la Secretaría Municipal de Salud de Foz do Iguaçu) y de enseñanza (UDC e Instituto Federal do Paraná). El grupo desarrolla su formación elaborando preparaciones culinarias nutritivas, para la producción de ventas (grupo 1) y para desarrollo de habilidades culinarias en sus hogares, y en cada encuentro tiene una evaluación conteniendo preguntas con el fin de saber la comprensión de los temas abordados y de mejorar los ejes formativos a partir de sugerencias de los participantes.

**Palabras-claves:** seguridad alimentaria y nutricional, manipulación y fabricación de alimentos, cultura alimentaria, educación alimentaria y nutricional

### 1 INTRODUCCIÓN

Los alimentos pueden ser mencionados bajo un enfoque bastante amplio, pero en esta acción serán destacadas dos perspectivas de la seguridad alimentaria y nutricional: a) la vigilancia sanitaria y b) la educación y cultura alimentaria. El presente proyecto tiene su justificación anclada en dos perspectivas, la primera

1 Estudiante do curso de Química/ILACVN/Unila - Bolsista Unila. E-mail: maa.santamaria.2016@aluno.unila.edu.br

2 Estudiante do curso de Desenvolvimento Rural e Segurança Alimentar/ILAESP/Unila – Bolsista Unila. E-mail: valeria.quijosaca@aluno.unila.edu.br

3 Docente do ILACVN/Unila. Orientadora de bolsistas Unila. E-mail: erika.ciacchi@unila.edu.br

sostenida en la atención a la Unila que presenta dos singularidades, estudiantes que comercializan alimentos en las dependencias de la universidad y el curso de Desarrollo Rural y Seguridad Alimentaria con el que podemos contar con apoyo de los estudiantes para temas generadores y formativos en buenas prácticas de manipulación, fabricación, educación, seguridad alimentaria y nutricional por los componentes curriculares presentes en su matriz (Alimentos, nutrición, salud, legislación, calidad y control de alimentos); la segunda justificación se enfoca a la necesidad de atender a un público (interno y externo) que vende alimentos. También hay que considerar el retorno potencial a los estudiantes de los cursos de Desarrollo Rural y Salud Colectiva por ser temáticas debatidas en el ámbito de componentes curriculares y proyectos, con el ejercicio de la práctica.

De este modo, la acción tiene como objetivos ofrecer formación sobre buenas prácticas de manipulación de alimentos a estudiantes universitarios y comunidad de Foz do Iguaçu-PR y alentar la preparación y el consumo de alimentos en la perspectiva de la seguridad alimentaria y nutricional, promoviendo la alimentación regional y convencional como estrategia de promoción de la salud y la valorización de la cultura alimentaria.

## **2 METODOLOGÍA**

La acción fue planeada para atender a dos grupos. La primera dirigida a estudiantes y personas de la comunidad con interés en la venta de alimentos y la segunda para estudiantes con el enfoque del desarrollo de habilidades de prácticas culinarias para consumo propio. Los módulos se dividieron para la primera clase de la siguiente manera: 1) Contextualización de la comunidad: presentación de los participantes y reconocimiento de las preparaciones culinarias realizadas por ellos mismos; 2) Nociones sobre Seguridad Alimentaria y Nutricional e higiene de los alimentos (con parte práctica en Laboratorio de Microbiología); 3) Legislación de alimentos, Enfermedades Transmitidas por Agua y Alimentos (DTHA) - Visualización de crecimiento bacteriano en el Laboratorio de Microbiología; 4) Procedimientos Operacionales estandarizados (POP) para preparación de ensaladas y organización del almacenamiento de los alimentos en la refrigeradora; 5) Procedimientos Operacionales estandarizados (POP) para panificación y plazo de validez de los alimentos; 6) Procedimientos Operativos estandarizados (POP) para preparación de jugos y ensalada de frutas; 7) Procedimientos operativos estandarizados (POP) para

preparación de ensaladas calientes; 8) Procedimientos operativos estandarizados (POP) para preparación de postres dulces; 9) Procedimientos Operativos estandarizados (POP) para preparación de aperitivos fríos; 10) Educación alimentaria y nutricional / Etiquetado de alimentos / aspectos organolépticos de los alimentos de origen vegetal y animal.

Los módulos para la segunda clase (en marcha) se dividirán en ocho secciones, los dos primeros serán teóricos (abordando temas de seguridad alimentaria y nutricional, composición de los alimentos e higiene de los alimentos y del manipulador) y los seis módulos restantes serán prácticos sobre la preparación de grupos de alimentos: ensaladas, cereales y leguminosas y un plato proteico a base de pescado, huevos, carnes porcinas y bovinas. Participaron de la primera clase 19 participantes y para la segunda clase se espera un total de 120 estudiantes.

El segundo encuentro comenzará a partir de la segunda quincena del mes de septiembre. Los meses de junio y noviembre servirán para que el equipo desarrolle el material didáctico sobre la base de los encuentros realizados. Los meses de julio y diciembre serán para evaluación del curso ofrecido a lo largo de los diez encuentros del primer semestre y 8 encuentros del segundo semestre.

Los encuentros teóricos son realizados en la Unila, siendo que los prácticos son realizados en asociación con el IFPR. En la segunda parte del proyecto se realizarán 8 encuentros, los cuales 1 y 2 serán teóricos en el cual podrán participar máximo 120 personas, luego del módulo 3 al 8, serán divididos en grupos de 20 estudiantes formando 6 clases (siendo cada clase con cuatro grupos con cinco estudiantes), cada grupo tendrá un día específico para la realización práctica en el IFPR (en el laboratorio de dietética).

### **3 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

Se sabe que muchos estudios han sido hechos con el objetivo de mejorar la calidad de los alimentos de modo que éstos puedan cada vez más promover la salud de los individuos. Sin embargo, varios estudios también han demostrado que últimamente un gran número de personas ha sufrido enfermedades transmitidas por alimentos, son las llamadas DTHA (enfermedades transmitidas por ingestión hídrica y alimentaria), con consecuencias dañinas al organismo humano. En consecuencia, hay una preocupación por el aumento de los brotes de toxiinfección alimentaria y una necesidad también aumentada de acciones de formación de trabajadores de los

servicios de alimentación para conductas de buenas prácticas de manipulación que son procedimientos operacionales para alcanzar un estándar de calidad de un producto, con correcto manejo de alimentos, garantizando su integridad y la salud humana (GÓES, SANTOS, VELOSO, 2001; GERMANO, 2003).

Scopell y cols (2015) obtuvieron buena evaluación de los talleres teórico-prácticos de 8 y 12 horas, por dos meses, sobre normas de manipulación a trabajadores del área de alimentación escolar y hospitalaria de la región suroeste de Paraná. En estos talleres, las autoras relatan que los participantes apuntaron la continuidad del trabajo para perfeccionamiento de las conductas y producción de alimento con más calidad.

#### **4 RESULTADOS**

Los participantes pudieron agregar más conocimientos sobre buenas prácticas de manipulación de alimentos en el ejercicio de sus actividades y la comunidad universitaria puede integrarse más fuertemente a la ciudad a través de una acción común, conociendo otra institución de enseñanza, otros profesores y otras personas, además de poder ejercer un intercambio de experiencia rica que incluye preparaciones culinarias. Siguen algunas palabras de los participantes: *“el curso fue muy bueno, pues abordó tanto la parte teórica como la práctica”, “el curso es válido para las condiciones, fortalecimiento de nuestra independencia. comprar, cocinar y comer de forma consciente es una actitud que debería ser general, pero necesita ser desenvuelto. lo que el curso hace bien”, “nosotros como jóvenes no tenemos cultura en la parte nutricional, yo ni sabía lavar adecuadamente la comida, por eso recomendaría para que aprendiera las causas, consecuencias e influencias que tienen las buenas prácticas con los alimentos”*

#### **5 CONCLUSIONES**

El curso que atendió hasta el momento la primera clase mostró su importancia por la frecuencia asidua de los participantes, por el conocimiento adquirido sobre formas diferentes de manipulación de alimentos, habiendo ayudado en la organización, composición y la higiene del manipulador y de los alimentos. Los participantes mencionaron la institucionalización de la acción, así como la oferta de ella en la forma de disciplina optativa, de modo que sea permanente.

## 6 PRINCIPALES REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

GERMANO, M. I. S. *Treinamento de manipuladores de alimentos: fator de segurança alimentar e promoção da saúde*. São Paulo: Varela, 2003.

GÓES, J. A. W.; SANTOS, J. M.; VELOSO, I. S. Capacitação dos manipuladores de alimentos e a qualidade da alimentação servida. *Higiene Alimentar*. São Paulo, v. 15, n. 82, p.20-22, mar. 2001.

SCOPEL, M. V. M. et al. Boas práticas de manipulação/fabricação de alimentos em municípios paranaenses. *Rev. Ciênc. Ext.* v.11, n.3, p.168-180, 2015.